

ABSTRAK

Di Indonesia senam hamil baru disadari oleh kelompok kota besar. Hal ini dipengaruhi beberapa faktor di antaranya adalah pengetahuan. Ibu yang tahu senam kehamilan mempunyai pengetahuan tinggi, makin tinggi pengetahuan makin baik pula melaksanakan senam hamil. Tapi kenyataannya masih banyak ibu yang tidak melaksanakan senam hamil karena bermacam-macam alasan yang di kemukakan salah satunya kurang pengetahuan ibu hamil.

Tujuan dari penelitian ini adalah mempelajari hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan pelaksanaan senam kehamilan pada ibu trimester ke-3 di BKIA Takeran Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan.

Desain penelitian ini menggunakan penelitian analitik dan pendekatan yang digunakan adalah studi *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang trimester ke-3 di BKIA Takeran dengan besar populasi 20 responden. Besar sampel 20 responden dan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara sampling jenuh dan sesuai dengan kriteria penelitian yaitu ibu hamil yang bersedia diteliti yang berumur 20-35 tahun dengan mengisi lembar kuesioner dan data checklist. Pengolahan data dengan menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* ($\alpha = 0,05$) untuk mengetahui hubungan ibu hamil dengan pelaksanaan senam kehamilan pada ibu trimester ke-3 di BKIA Takeran Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan.

Dari 20 responden didapatkan 35% responden memiliki pengetahuan baik, 15% responden memiliki pengetahuan cukup dan 50% responden memiliki pengetahuan kurang. Sedangkan untuk pelaksanaan senam kehamilan didapatkan 20% responden melaksanakan dengan baik, 10% responden melaksanakan cukup dan 70% responden melaksanakan kurang atau tidak melaksanakan senam kehamilan. Dari hasil uji korelasi *Rank Spearman* dengan $\alpha = 0,05$ didapatkan $P = 0,000$ maka $P < \alpha$ sehingga H_1 diterima.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan pelaksanaan senam kehamilan. Dengan demikian ibu hamil perlu meningkatkan pengetahuan tentang pelaksanaan senam kehamilan dengan mengikuti senam kehamilan secara rutin dan teratur untuk menghindari kesulitan dalam persalinan.

Kata kunci: pengetahuan, pelaksanaan senam kehamilan.